De la teorie la practică

CABINETELE METODICE — SPRIJIN PREȚIOS ÎN MUNCA ANTRENORILOR

Rolul cabinetelor metodico-științifice este acela de a îndruma și controla procesul de instruire de pe teritoriul regiunilor sau din cadrul cluburilor, ajutînd pe antrenori să realizeze o pregătire conform cerințelor fiecărei ramuri de sport. Unele cabinete metodice au de acum o tradiție în cercetarea științifică ; altele au fost înființate recent și se străduiesc să angreneze în muncă pe tehnicienii cei mai capabili și pasionați. În rîndurile care urmează am încercat să surprindem cîteva aspecte din activitatea cabinetelor metodice de la consiliul regional UCFS Brașov și de la cluburile bucureștene Steaua și Progresul.

CÎND SE MUNCEȘTE CU PASIUNE...

„Obținerea performanțelor superioare este legată de buna pregătire a antrenorilor" — ne spunea prof. **Ioan Mureșanu,** șeful cabinetului metodic al clubului Steaua. În acest scop a fost întocmit un plan tematic cuprinzător care, prevăzînd prezentarea unor referate, conferințe, filme, participări la lecții practice și consfătuiri, a contribuit la îmbunătățirea cunoștințelor profesionale ale antrenorilor în problemele de tehnică și metodică a antrenamentelor.

În cursul anului trecut cabinetul metodic a organizat un ciclu de 12 referate urmate de discuții, cu diverse teme. Iată cîteva dintre ele : **„Volumul și intensitatea în antrenament"** (referent : prof. Ioan Mureșanu, coreferenți antrenorii: O. Nițescu — handbal, C. Ciocîrlie — scrimă, Gh. Corbescu — tir, Gh. Marinel — înot), **„Pregătirea psihologică pentru concurs"** (conf. univ. M. Epuran), **„Unele aspecte ale activității mușchilor fazici și tonici"** (dr. Alexandru Partheniu), **„Elemente de fiziologie și biochimie ale antrenamentului sportiv"** (biochimist Gh. Haralambie), **„Respirația și sportul"** (dr. Corneliu Obrașcu).

Activitatea cabinetului metodic s-a îndreptat și spre atragerea și îndrumarea antrenorilor în munca de cercetare științifică, precum și spre valorificarea celor mai bune metode de pregătire. După clarificarea teoretică a problemelor privind metodele de antrenament, antrenorii au trecut la aplicarea cunoștințelor în practică. Spre exemplu, antrenamentul în circuit se folosește acum în pregătirea echipelor de handbal, baschet, rugbi, atletism etc. Totodată, antrenorul Ion Söter va prezenta — în curînd — referatul **„Metode de antrenament"**, a cărui expunere va fi exemplificată practic prin demonstrațiile metodelor de antrenament în circuit și pe intervale cu grupele de sportivi ale antrenorilor N. Păiș și V. Dumitrescu (atletism), I. Kunst-Ghermănescu (handbal), G. Dimeca (înot), C. Herold (baschet).

De asemenea, s-au efectuat reușite schimburi de experiență între antrenori de la ramuri sportive cu caracteristici apropiate ca efort : baschet-volei, handbal-rugbi, atletism (fond)-ciclism (fond), atletism (viteză)-ciclism (viteză).

În informarea și documentarea antrenorilor asupra problemelor de biochimie, psihologie, fiziologie etc., deosebit de utilă a fost colaborarea cu Institutul de cultură fizică, laboratorul de biochimie de la centrul „23 August" și serviciul de documentare al Consiliului General al U.C.F.S.

Pentru înțelegerea deplină și consolidarea cunoștințelor privind problemele tehnico-metodice au fost prezentate și o serie de filme. În cursul anului trecut cabinetul metodic al clubului Steaua a fost dotat cu aparate de filmat, cu ajutorul cărora au fost filmate antrenamentele și competițiile sportive. Prin folosirea acestor mijloace tehnice, antrenorii secțiilor de haltere, rugbi, handbal, călărie, polo, atletism, fotbal au avut posibilitatea să analizeze și să treacă la luarea unor măsuri pentru îmbunătățirea tehnicii și tacticii sportivilor.

SPRIJIN SECȚIILOR NOMINALIZATE

După cum ne relatează corespondentul nostru principal, **Carol Gruia**, cabinetul metodico-științific regional (președinte prof. **Virgil Ludu)** are o activitate bogată.

Cu ajutorul metodiștilor consiliului regional UCFS, prin contribuția medicilor sportivi și a unor activiști din cluburi s-a realizat îndrumarea și controlul secțiilor și sportivilor nominalizați.

S-au urmărit ciclurile de antrenament, s-au făcut notări la competiții și, în plus, a fost analizată pregătirea unor sportivi nominalizați (atletul Ștefan Sișcovici, baschetbalistul Nicolae Bîrsan și gimnasta Despina Cioceanu) pe baza referatelor prezentate de antrenorii lor, N. Tacorian, C. Negrea și I. Diaconescu.

În sprijinul orientării muncii în secțiile nominalizate, la consfătuirea metodico-științifică din anul trecut cu tema **„Îmbunătățirea calității antrenamentului"**, o serie de cadre tehnice au prezentat lucrări interesante printre care : **„Antrenamentul în circuit"** (Nicolae Proca), **„Ponderea pregătirii tehnice — experiment de doi ani la echipa feminină de volei C.S.M. Sibiu"** (Gh. Bodescu), **„Aportul aparatelor ajutătoare"** (Th. Verdeș), **„Elemente noi în schiul alpin modern"** (C. Diaconescu), **„Educarea concentrării sportivului"** (Virgil Ludu).

De asemenea, cu ajutorul cabinetului au fost prezentate 17 gale de filme la Brașov, Sibiu, Mediaș, Sighișoara etc., cu temele : **„Jocurile sportive de iarnă"**, **„Atletismul la Tokio"**, **„Secretele atletismului"**, **„Înotul australian"** etc.

★

Am prezentat două dintre cele mai apreciate cabinete metodice. Să nu se uite însă un lucru. Rațiunea înființării cabinetelor metodice a fost aceea de a se crea o legătură solidă între activitatea teoretică și cea practică. Dar, tocmai acest aspect important a fost destul de neglijat pînă acum. Doar simpla existență a cabinetelor metodice nu rezolvă problemele sportului de performanță. Or, cu mici excepții, cabinetele metodice — chiar și cele citate mai sus — nu-și îndeplinesc încă adevărata lor menire.

Pentru obținerea unor performanțe la nivelul cerințelor este necesar să se îmbunătățească și să se modernizeze procesul de antrenament, să se pună accentul pe o pregătire strict specializată, ridicîndu-se permanent gradul pregătirii fizice, tehnice, tactice și teoretice a sportivilor.

Antrenamentele moderne, creșterea rapidă a nivelului performanțelor sportive impun lărgirea cunoștințelor de specialitate ale antrenorilor și tehnicienilor, în concordanță cu cuceririle științei pe plan mondial.

În acest sens, cabinetele metodice pot și trebuie să-și aducă un aport mai substanțial, devenind adevărate laboratoare de cercetare științifică cu aplicații practice, care să contribuie la ridicarea performanțelor sportivilor noștri la nivelul celor europene și mondiale.

GHEORGHE CIORANU
ADRIAN IONESCU

RUGBI — Pe stadionul Republicii

Partida DINAMO BUCUREȘTI — GRIVIȚA ROȘIE domină etapa a IV-a

O dată cu etapa a IV-a, apare un plus de interes : încep „șocurile majore" ale campionatului. Se întîlnesc doi din principalii pretendenți la titlu : *Dinamo* — campioana anului 1965 și actuala lideră a clasamentului — cu *Grivița Roșie* — care a cucerit titlul în 1966. Întotdeauna rezultatele directe dintre aceste două echipe au cîntărit greu în lupta pentru supremație. Așa că punctele puse în joc se vor disputa, desigur, și de astă-dată, cu maximum de ardoare. Și, în plus, este la mijloc și o chestiune de prestigiu. Așa că acei care se vor deplasa pe stadionul Republicii duminică după-amiază (ora 14,45) nu vor avea ce regreta.

E inutil să insistăm asupra faptului că cele două formații au făcut, în vederea disputei lor, pregătiri speciale. Astfel, Dinamo se prezintă drept echipa cea mai în formă a acestui început de an (victoria de la Bîrlad : 12—5 o recomandă suficient). Formația probabilă : *Dăiciulescu — Dragomir, Nica, Dragomirescu, Coravu — Giugiuc, Pilă — Rășcanu, Zlătoianu, Fugigi — Țuțuianu, Ene — Baciu, Iordăchescu, Stoica.* Rezerve : *Cîndea, Bălan.* Ultimele rezultate : 24—3 cu Gloria (a) ; 12—5 cu Rulmentul (d).

Grivița Roșie, care nu și-a găsit cadența din zilele ei bune, speră să se mobilizeze și să compenseze superioritatea de formă a adversarului, printr-un joc în care să folosească din plin arma-i principală — pachetul de înaintași, mai experimentat. Iată și formația probabilă a grivițenilor : *Marinescu — Balcan, Irimescu, Wusek, Țibuleac — Oblemenco, Mihai — Șerbu, Demian, M. Rusu — V. Rusu, Veluda — Dinu, Onuțiu, Rădulescu.* Rezerve : *Teodorescu* și *Moldoveanu.* Ultimele rezultate : 3—3 cu Progresul (a) și 3—0 cu Politehnica Iași (a).

Pronosticul nostru (prin prisma formei actuale) : DINAMO. Arbitrul întîlnirii : *P. Declesis.*

Sîmbătă — tot pe stadionul Republicii, și tot în cuplaj cu fotbalul — un alt joc de tradiție *Steaua—Progresul*, aici un meci egal n-ar trebui să surprindă. Tot sîmbătă, dar pe terenul *Gloria*, gazdele întîlnesc XV-le *Rapidului* și ar trebui să culeagă a doua lor victorie. În țară : *Politehnica Iași—Știința Petroșeni* (favorită Politehnica) ; *Precizia Săcele—Rulmentul Bîrlad* (pronostic: meci nul) și *Agronomia Cluj—Farul Constanța* (înclinăm către victoria oaspeților).

D. CALLIMACHI



Va cîștiga Radu Demian (în alb) duelul la margine cu adversarii săi dinamoviști ?

RĂSPUNZÎND LA SEMNALELE ZIARULUI

Ce se întîmplă (într-adevăr) cu restul arbitrilor?...

Ziarul „Sportul popular" a abordat recent una dintre problemele spinoase ale rugbiului nostru, anume aceea a sporirii permanente a numărului de arbitri și, implicit, a folosirii acestora în mod eficient. Salutind inițiativa, am dori să facem unele precizări.

Problema enunțată mai sus s-a aflat permanent în atenția biroului federal, a colegiului central de arbitri. In acest sens, aș vrea să arăt că anul trecut, de pildă, a fost organizat la București un curs de arbitri adresat jucătorilor care s-au retras din activitatea competițională. Cursul s-a bucurat de prezența unui număr de 28 de cursanți. Printre absolvenți — nume cunoscute in sportul cu balonul oval ca ing. V. Nistor, C. Bărăscu, ing. Gh. Stanciu, I. Doruțiu și S. Dragomirescu.

In același timp, aș vrea să subliniez faptul că înainte de începerea activității, in actualul sezon, federața a emis invitații unui număr de 12 arbitri cu domiciliul in țară, solicitîndu-i să conducă meciuri din campionatul categoriilor A și B. Pină acum au răspuns invitațiilor noastre arbitrii din Birlad, Emil Gidei și prof. Sergiu Arfire (**ultimul a și condus meciul Steaua — Rapid),** precum și dr. Alexandru Epure **din Brașov. Așteptăm să ne confirme** și **alți arbitri, indeosebi** Gh. Bordon, Tomas Gruin, Ilie Tiban, Toma Kraus — **toți din Sibiu,** Armand Balaban — **Timișoara,** Teodor Anton — **Roman,** Ștefan Cocișiu — **Galați,** Titus Deleanu și Marius Pop **din Cluj. După noi, toți acești arbitri ar putea face fața cu succes unor meciuri oficiale.**

S-a făcut apel totodată la o serie de foști internaționali care au reprezentat ani de-a rindul culorile unor cluburi și chiar ale țării ca — Anastase Marinache, Dumitru Ghiuzelea, Radu Veluda, Ion Dobre, Petre Buda, Radu Nanu, Carol Kramer, Ilie Ion, Gh. Graur, Vasile Mladin, Mărgărit Blagescu, René Chiriac. **Sint oameni care, prin reputația de care se bucură, ar putea aduce reale servicii rugbiului nostru. Este de evidențiat aici exemplul prof. Chiriac, primul care a și răspuns la apelul federației. El va fi programat cit de curind.**

Federația a mers și mai departe, solicitind o serie de actuali antrenori, și ei — la rindu-le — sportivi și internaționali cu recunoscută faimă cum sint Gh. Pircălăbescu, ing. Viorel Moraru, D. Manoileanu, Dumitru (Titi) Ionescu, prof. Nicolae Pădureanu, P. Cosmănescu, prof. Aurel Barbu. **O parte dintre cei amintiți mai sus au și condus unele meciuri din campionat, in 1966, dind adevărate lecții de arbitraj (Pircălăbescu, Manoileanu).**

In fine, pe linia imbunătățirii calității arbitrajelor, federația a fost bine intenționată, organizind, periodic, consfătuiri. Cu prilejul acestor consfătuiri (cinci la număr, in 1966) au fost lămurite multe din problemele dezbătute la ultimele congrese ale F.I.R.A. Aceasta, din dorința ca și arbitrii noștri să fie in pas cu ultimele interpretări, cu actualele cerințe. Cu regret trebuie insă să semnalez faptul că consfătuirile organizate nu s-au bucurat totdeauna de o participare largă, cum ar fi fost de dorit. O asemenea consfătuire a fost programată și la inceputul anului, numai cu arbitri din Capitală. Aș vrea să menționez că acțiuni de acest fel vor continua, ele constituind un ajutor substanțial pe care ințelegem să-l acordăm arbitrilor noștri.

Iată, deci, cum stau lucrurile. Avem arbitri cu o bună calificare, nu ne putem plinge, dar, deocamdată, numai in scriptele colegiului central. Greutățile incep cind este vorba să programăm pe unul sau pe altul. Soluția nu stă in puterea federației. Ea este condiționată inainte de toate de dragostea, de pasiunea pentru acest sport a arbitrilor noștri, cei mai mulți dintre ei foști jucători care au cules multe satisfacții. In ce ne privește, nu putem crede că o asemenea pasiune, dacă a fost sinceră, deschisă, s-ar putea stinge atit de repede !

ION ISVORANU
secretar general al F.R. Rugbi

N.R. : Considerăm, totuși, că Federația de rugbi ar trebui să urmărească cu mai multă fermitate rezolvarea atit de discutatei probleme a arbitrajelor și să programeze cit mai des arbitri din țară. Numai astfel arbitrii din provincie își vor putea ridica nivelul cunoștințelor, calificarea lor. Iar rugbiul nostru nu va avea decit de ciștigat !

SCRIMĂ

Învingători scontați în turneele de la Oradea

La Oradea au avut loc recent întrecerile din cadrul etapei a II-a de baraj a campionatului republican de scrimă pe echipe, floretă băieți și fete.

La floretă masculin, favorita, **Crișul Oradea** a reușit (dar, nu fără emoții) să-și adjudece primul loc. Secretul victoriilor — „infuzia" de tinerețe care s-a realizat în ultima vreme. Este meritul antrenorului **C. Gazdovici** care a promovat în echipă multe elemente de certă perspectivă. Tot la această probă s-a impus **Politehnica Timișoara** (antrenor, **O. Feisthammel)**, mai ales prin combativitate, prin tenacitate. Locul 2 în clasament il merită cu prisosință. O surpriză (puțin plăcută) — **Petrolul Ploiești.** După componența echipei — Paisie, Pascu, Lăudoiu — ea trebuia să termine competiția pe locul I. Ploieștenii, cu o slabă pregătire fizică (deficiență mai veche !) n-au rezistat însă tempo-ului impus de trăgătorii celorlalte echipe, astfel că au trebuit să se mulțumească cu locul III. Celelalte echipe — **Farul Constanța** și **Gloria București** — contînd doar pe cîte un om (**N. Dumitrescu** și respectiv **T. Petruș)** n-au putut evita ultimele locuri în clasament.

Rezultate tehnice : **Crișul Oradea 10—6 cu Politehnica Timișoara, 8—8 cu Gloria (victorie la tușe, 52—63), 11—5 cu Farul Constanța și 9—7 cu Petrolul Ploiești; Politehnica Timișoara: 8—8 (55—62) cu Petrolul, 8—8 (53—58) cu Gloria și 9—7 cu Farul ; Petrolul Ploiești: 10—6 cu Gloria și Farul ; Farul : 11—5 cu Gloria.**

La floretă feminin. **Medicina** Tg. **Mureș,** cu un lot omogen și bine pregătit, n-a avut în general probleme in obținerea victoriilor și a locului I. Mureșencele au fost secondate de floretistele de la Gloria, care au contat indeosebi pe **Luminița Popescu.** (Gloria a fost echipa cu media cea mai mică de vîrstă : 14,6 ani). **Crișul,** și ea cu o componență foarte tînără, n-a putut totuși să aspire la șefia clasamentului, datorită mai ales infrîngerilor severe suferite la primele două clasate. Punctul slab al echipei orădene — pregătirea moral-volitivă. Neașteptat de slabă a fost comportarea echipei **C.S.M. Cluj,** care a terminat turneul pe locul 4. Ultima clasată, formația **Scena Brașov.** Singura floretistă care a ieșit parțial din anonimat a fost **Cristina Bachmüller**. Dar, cu o floare...

Rezultate tehnice : **Medicina Tg. Mureș : 8—8 (40—46) cu C. S. M. Cluj, 10—6 cu Scena Brașov, 11—5 cu Gloria și Crișul; Gloria: 8—8 (45—46) cu C.SM. Cluj, 9—7 cu Scena și 12—4 cu Crișul; Crișul Oradea: 10—6 cu Scena și 9—7 cu C.S.M. Cluj; C.S.M. Cluj: 12—4 cu Scena.**

In clasamentele individuale conduc **T. Petruș** (Gloria)) și **T. Baniai** (Crișul) cu cite 13 victorii și **Sofia Orban** (Medicina Tg. Mureș) cu 14 victorii.

În final, două sublinieri. Una cu privire la arbitrajul foarte bun, competent și obiectiv prestat de **A. Vilcea** (București), **O. Thalmeiner, G. Ghiulafalvi** (Oradea), și **A. Gurath** (Cluj). Cealaltă se referă la modul necorespunzător în care s-au prezentat unele echipe (fără lame, bluze sau fire de corp) : **Medicina, Scena, C.S.M. Cluj.** De asemenea, sala Armatei unde au avut loc întrecerile n-a fost încălzită, ceea ce a influențat mult comportarea unor sportivi pe planșe.

prof. **DAN APOSTOL**
membru in comisia de competiții a F.R. Scrimă